

« Focus Group Hommes »

Résultats entrevus individuels :

Question 1 : Contexte de la demande d'aide de l'homme (Problèmes pour lesquels les hommes demandent de l'aide, aide offerte ou demandée, nature de l'aide reçue, la personne qui a aidé, comment on se sent quand on reçoit de l'aide)

Selon les différents hommes questionnés au sein du Focus Group, il est important de noter qu'ils entretiennent sensiblement les mêmes idées au niveau du contexte de la demande d'aide des hommes. En effet, ils estiment que les hommes qui demandent de l'aide le font en dernier recours. Ils mentionnent que ceux-ci sont à bout de ressources et qu'ils vivent des choses tellement difficiles qu'ils ne peuvent plus se contenter de l'aide reçue par l'entourage. Ces hommes sont en crise et ils ne savent plus quoi faire afin de s'en sortir.

Pour ce qui est des problèmes pour lesquels les hommes consultent, certains hommes interrogés sur la question tendent à dire qu'ils croient que ces hommes le font pour des problèmes qu'ils ont refoulés depuis l'enfance (abus sexuel, victimes de violence dans l'enfance, parents non-présents ou décédés). En effet, il fut mentionné par quelques hommes au sein de la rencontre que dans leur temps, la possibilité de consulter un professionnel n'existait pas. Ces hommes mentionnent également que de parler (exprimer leurs difficultés et leurs émotions), ils ne connaissaient pas ça et que c'est seulement récemment qu'ils sentent qu'ils ont la possibilité de le faire.

Dans le même ordre d'idées, la plupart des hommes questionnés font référence à la socialisation fortement masculinisée à laquelle ils ont été exposés et ceci faisait en sorte, selon leurs dires, qu'il n'allait pas chercher de l'aide. La socialisation masculinisée ici étant : le fait que les hommes, ça ne pleure pas, ça doit être fort et ça doit être en mesure de ne pas montrer ce qu'ils vivent. En ce sens, il fut nommé par certaines personnes qu'on ne peut pas vivre ad vitam aeternam en adoptant cette mentalité. Il y a à un point, une goûte qui fait déborder le vase et c'est ce qui fait en sorte que les hommes vont se risquer à aller chercher de l'aide.

Certains hommes présents ont également mentionné qu'ils peuvent aller se chercher de l'aide en raison du fait qu'ils sont curieux par rapport aux outils que l'on peut aller chercher d'une consultation avec un professionnel, de l'incapacité de trouver la solution à des problèmes que l'on vit et il se peut également que les hommes aient se chercher de l'aide afin de ne pas reproduire un modèle d'éducation (fortement masculinisé) qui les a menés à avoir des conséquences tout au long de leur vie.

Pour ma part, quand je suis allé demander de l'aide, je ne savais pas du tout où je m'en allais, je ne connaissais pas les ressources offertes et je ne savais pas où me diriger. Je ne savais pas qu'il existait des lignes de crises pour hommes en détresse, je ne savais pas qu'il y avait des organismes communautaires dans la région chargés d'aider les hommes spécifiquement. Bref, j'étais tenu dans l'ignorance. Je me suis présenté dans un CLSC et j'ai été référé dans le privé. Ne sachant pas trop de quoi j'avais besoin comme service et ignorant à quoi j'avais accès, j'ai donc consulté auprès de ressources privées et je dois avouer que j'ai été fortement déçu. Je ne savais pas s'il m'aidait pour l'argent et je dois avouer que cet aspect m'a écoeuré.

Lorsque l'on demande aux hommes ce qu'ils ont vécu au cours de leur première consultation avec un professionnel, ceux-ci mentionnent qu'ils le faisaient avec un sentiment de curiosité et d'appréhension. Certains témoignages nous permettent de croire par contre que certains d'entre eux n'ont pas eu une bonne première expérience : « la psychologue ou le psychiatre (je ne sais pas trop) qui m'a aidé, à ce moment, n'a pas réussi à venir me rejoindre et à me faire revenir dans les services. En fait, j'irais même jusqu'à dire que de parler avec cette personne ne m'aidait pas du tout et qu'elle ne venait pas me chercher au sein de ma réalité. Je lui donnais des indices «gros comme le bras», par le biais de mots clés sur les émotions que je pouvais ressentir et je ne sentais pas qu'elle me comprenait, on dirait qu'elle n'allumait pas, comme si elle n'était pas capable de me décoder en tant qu'homme ».

De plus, il fut nommé pratiquement à l'unanimité (3 sur 5 hommes) que lorsqu'un homme reçoit de l'aide, il ne se sent pas bien. Il sent qu'il n'est plus en contrôle de sa situation, qu'il est moumoune, qu'il a échoué dans son parcours de vie puisqu'il n'est plus capable de tout régler lui-même. Le professionnel qui le rend compte doit donc mettre l'emphasis sur cette socialisation masculinisée et lui faire comprendre qu'il n'y a rien de mal à aller consulter. Pour leur part, cet aspect n'a pas été abordé au niveau de leurs consultations antérieures avec les professionnels de la santé autres que Donne-toi une chance.

Sous-question : Si vous aviez un ami en difficulté, étant donné votre expérience, qu'est-ce que vous lui conseilleriez de faire?

Certains des hommes interrogés ont mentionné qu'il donnerait comme conseil à leur ami d'aller parler à quelqu'un, de ne pas rester seul au sein de ce moment difficile. D'autres mentionnent que leurs conseils varieraient en fonction du type de difficulté de l'ami en question. En effet, ceux-ci mentionnent que « si c'est du sérieux, l'ami devrait se tourner vers de l'aide professionnelle.

Les autres hommes mentionnent pour leur part que s'ils avaient eu un ami en difficulté, avant de se présenter et de faire un suivi à Donne-toi une chance, ils ne lui auraient pas conseillé d'aller voir un professionnel. Ils lui auraient dit qu'il n'obtiendrait pas l'aide dont il avait besoin dans le réseau de la santé. Ils lui auraient conseillé de parler à son entourage direct et de cette façon, il n'aurait pas eu de réponses préfabriquées à ses problèmes. Or, ces hommes mentionnent par contre qu'après avoir vu que certains professionnels dans le milieu communautaire ont vraiment pu faire une différence significative et aidante dans leur vie, ils lui conseilleraient les mêmes organismes auprès desquels ils ont finalement réussi à avoir de l'aide.

Question 2 : J'aimerais comprendre ce qui a motivé votre choix (de personne, de ressource ou de ne pas demander de l'aide) à ce moment-là?

Comme mentionné préalablement certains hommes mentionnent qu'ils sont allés premièrement dans les réseaux de la santé publique (CLSC, CHSLD) et certains hommes relatent, pour leur part, qu'ils se sont fait référés dans le privé. Leurs choix semblent avoir été motivés seulement par ce qu'ils connaissaient comme ressources existantes.

À ce sujet, un témoignage d'un homme dans le focus group fut particulièrement intéressant : «Pour ma part, quand je suis allé demander de l'aide, je ne savais pas du tout où je m'en allais, je ne connaissais pas les ressources

offertes et je ne savais pas où me diriger. Je ne savais pas qu'il existait des lignes de crises pour hommes en détresse, je ne savais pas qu'il y avait des organismes communautaires dans la région chargés d'aider les hommes spécifiquement. Bref, j'étais tenu dans l'ignorance. Je me suis présenté dans un CLSC et j'ai été référé dans le privé. Ne sachant pas trop de quoi j'avais besoin comme service et ignorant à quoi j'avais accès, j'ai donc consulté auprès de ressources privées et je dois avouer que j'ai été fortement déçu. Je ne savais pas s'il m'aidait pour l'argent et je dois avouer que cet aspect m'a écoeuré».

À ce sujet, les témoignages des hommes s'entendent à dire que s'il y avait eu de la promotion publicitaire de masse et une meilleure promotion des organismes pour hommes dans la région, ceux-ci ne seraient pas allés directement au CLSC, ils se seraient orientés vers des endroits susceptibles de répondre à leurs besoins spécifiques. À défaut d'avoir la connaissance nécessaire pour faire un choix éclairé dans les ressources pouvant être utiles à leur situation, les hommes se sont dirigés vers des services généraux et dans le privé.

Question 3 : Quelles sont vos attentes face à ce professionnel? Avez-vous déjà vécu de la déception en regard de ces attentes?

La plupart des hommes présents au Focus Group ont mentionné des éléments similaires. En effet, ceux-ci relatent qu'ils ne s'attendent pas à grand-chose de la part du professionnel, mais qu'ils ont certains critères qui se doivent d'être présents. Ces critères sont les suivants : ledit professionnel se doit de m'aider et il doit être humain. Les hommes entendent par le fait de m'aider que le professionnel leur donne des outils susceptibles de les aider à changer leur situation présente et ils veulent également que le professionnel prenne soin de les écouter de façon respectueuse. Pour bonifier à cette écoute respectueuse, les hommes s'entendent à dire que le professionnel doit être humain et ils entendent par cela : «non jugeant, ouvert aux confidences et accueillant de mes émotions qu'il me soit fidèle, qu'il soit capable de me dire les vraies affaires (confronter) et finalement, qu'il présente de bonnes qualités éthiques».

Certains hommes recherchent ces mêmes composantes dans un professionnel avec quelques apports autres qui sont par exemple : «je veux me sentir compris et accepter, je veux me sentir aimé dans ce que je suis et pour qui je suis, j'ai besoin que mon professionnel ait une certaine disponibilité pour moi, je veux qu'il soit discret et qu'il soit transparent avec moi (je ne joue pas une game avec lui, je m'attends au même traitement), je veux qu'il soit capable d'adapter son intervention à la situation que je vis présentement et qu'il soit capable de tolérer un silence (aussi profond et rempli d'émotions soit-il) et finalement, j'aimerais que le professionnel soit capable de s'ajuster au non-dit, de cerner les besoins que je n'exprime pas ouvertement».

Sous-question : Seriez-vous d'accord pour dire que les hommes entretiennent des préjugés vis-à-vis des professionnels? Si oui, lesquels?

La plupart des hommes présents dans le focus Group croient effectivement que les hommes entretiennent des préjugés vis-à-vis des professionnels. En effet, il en fut même donné quelques exemples :

- «Mes connaissances et mes amis pensent fortement que de faire une démarche avec un professionnel dans le réseau ou dans le réseau privé, ça ne sert absolument à rien. Ils pensent que ce ne leur sera pas utile du tout. Leur idée de la consultation c'est qu'ils vont se rendre là pour parler de leurs émotions et qu'ils en ressortiront en n'étant pas plus outillés par rapport à ce qui se passe dans leurs vies».

- «De plus, mes amis me mentionnent souvent que les professionnels sont simplement après l'argent et qu'ils ne veulent pas vraiment aider leurs clients. Ils calculent leurs rencontres en fonction de leurs besoins financiers de la journée».
- Nous avons le sentiment que nous trouverons le support dont nous avons besoin simplement en parlant à notre entourage et non pas en prenant la peine d'aller voir un professionnel qui ne nous aidera pas plus finalement que nos amis pourraient nous aider.

Question 4 : Qu'est-ce qui ferait qu'en sortant du premier contact avec le professionnel, vous n'auriez pas envie d'y retourner?

Les hommes semblent s'entendre sur ce qui ferait en sorte qu'ils ne retourneraient pas voir un professionnel, par exemple : «si j'ai l'impression de n'être qu'un simple numéro, s'il me fait attendre des heures pour le rencontrer, si les lieux ne sont pas accueillants, si je ne sens pas que je peux être moi-même dans la rencontre, si je me sens traité comme si j'avais un mode d'emploi qui simplifierait ma vie, si on me confronte en partant la rencontre et si on se démontre jugeant à mon égard».

Au sein des paragraphes qui suivent, il y aura plusieurs exemples vulgarisés d'explications données par les hommes de ces éléments qui pourraient faire en sorte qu'ils n'auraient pas envie de retourner voir un professionnel :

- J'entends, par le fait, de me sentir comme un numéro, le principe que les professionnels dans le réseau ont parfois des horaires très rigides et qu'ils doivent planifier leurs rencontres à la minute près. Cette façon de faire ne laisse pas vraiment place à l'ouverture de l'homme, il se sent minuté et peut avoir tendance à se retenir en raison du fait qu'il sait que s'il aborde quelque chose de gros dans la rencontre, il devra en gérer les conséquences seul car la rencontre se terminera quand même après 1h00 peu importe ce qu'il a vécu au sein de cette rencontre. De plus, ce que je tente de dire par rapport au fait d'attendre des heures dans la salle d'attente, c'est qu'il arrive quand on se présente au CLSC que l'intervenant ait du retard. Pendant ce temps, nous sommes confinés dans une salle d'attente et nous sentons que les gens se posent des questions à notre égard. Nous en devenons souvent très anxieux, justement en raison du fait, que nous attendions d'être à bout de ressources avant d'aller consulter. La dernière chose dont nous avons besoin dans ce temps c'est d'avoir l'impression de se faire étiqueter comme faible dans la salle d'attente parce que nous venons demander de l'aide.
- En ce qui concerne l'allure des locaux, il arrive parfois que je rentre dans un local pour rencontrer un professionnel et que la disposition des lieux ne me donne aucune envie de m'ouvrir. Un intervenant en arrière d'un bureau qui se lève à peine pour me serrer la main quand je rentre dans son bureau, ça ne me plait pas. Pour ce qui est de ne pas me sentir moi-même dans les rencontres, je dois avouer que la suite de rencontres avec certains professionnels comme des psychologues et des psychiatres, je me sentais jugé et je ne me sentais pas à l'aise d'être moi-même. Je ne pouvais pas parler comme je parle d'habitude, je ne pouvais pas sacrer, je ne pouvais pas être en colère si j'en avais envie, je devais m'asseoir et parler calmement et adéquatement de moi. Ça ne m'a pas plu du tout.

- Pour ce qui est du principe de se sentir jugé, j'ai parfois eu l'impression en allant consulter que le professionnel était jugeant à mon égard. Ceci est probablement parti du fait qu'il me donnait plein de conseils supposés simplifier grandement ma vie alors que je n'avais pas besoin de ses réponses préfaites, tout ce que je cherchais c'était une oreille qui pourrait me guider vers ce que moi j'avais envie de faire de ma propre situation. Je n'avais pas besoin de réponses préfaites qui auraient comme résultat de simplifier ma vie aux yeux du professionnel qui me rencontrait.
- Pour terminer, lorsque je rencontre un professionnel pour la première fois, la dernière chose que j'ai envie d'entendre c'est une confrontation à l'égard de la façon dont je fais ma vie. Je n'ai pas besoin de me faire confronter en partant, j'ai besoin de me faire entendre, parce que je suis vulnérable peu importe la façon dont je me présente. Il faut voir à l'arrière de mon message, même s'il est passé de façon agressive, en dessus, je vis d'autres émotions ».

Sous-question : Qu'est-ce qui ferait que vous voudriez y retourner?

Les hommes semblent s'entendre à dire que ce qui ferait en sorte qu'ils auraient le goût de retourner voir le professionnel rencontré, c'est : s'ils se sentent importants à ses yeux, que s'ils abordent quelque chose de gros (comme événement) que le professionnel prendra soin de les faire sortir de leur détresse avant de les faire quitter le bureau et ceci en faisant fi de l'heure qu'il peut être, si le professionnel prend soin de la confidentialité de la rencontre et qu'il ne les fait pas patienter dans une salle d'attente avec pleins de gens susceptibles de les étiqueter ou de les juger, si le professionnel les rencontre dans un cadre moins formel (je ne veux pas de locaux typiques du CLSC ou du cabinet de psychologue), s'ils sentent qu'ils peuvent être eux-mêmes avec l'intervenant (« que je puisse pleurer si j'en ai envie, que je puisse sacrer si j'en ressens le besoin, que je puisse crier de rage si une situation comme telle s'applique à ma situation »), s'ils se sentent traités comme une personne humaine à part entière et non pas comme un mode d'emploi à respecter, si l'intervenant ne les confronte pas à la première occasion (qu'on me laisse tisser un bon lien avec l'intervenant avant de se lancer dans les confrontations) et finalement, s'ils ne se sentent pas jugés.

Question 5 : Si vous aviez à démarrer un organisme pour les hommes, quels seraient les trois éléments les plus importants pour vous?

En ce qui a trait à cette question, l'opinion des hommes semble aller dans la même direction. Ils disent à l'unanimité : « Si j'avais à démarrer un organisme, les trois éléments primordiaux seraient pour moi : la confidentialité (que les locaux soient également confidentiels, qu'on ne voit pas de l'extérieur ce que je viens faire dans ledit local) ce qui me permettrait de tisser un lien de confiance facilement avec la personne que je rencontre, le respect (j'entends ici le respect de mon rythme, le respect de ce que je vis présentement, l'ouverture de l'intervenant par rapport à ma situation ainsi que l'écoute respectueuse des éléments que je vis), et finalement, j'aimerais que les intervenants qui travailleraient dans cet organisme aient conscience que nous, les hommes, ne voulons pas toujours aller dans l'émotionnel et dans nos grosses épreuves en partant. Nous avons souvent besoin de nous diriger dans l'action pour mieux avoir accès à notre émotionnel par la suite.